

ЧЕТВЕРГ - 20.03.25г. САД,

ЧЕТВЕРГ - 20.03.25г. ЯСАИ

Завтрак:	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Завтрак:	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	190	5,60	6,74	31,78	210,54	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	160	4,83	5,81	27,43	181,73
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,37	4,54	29,46	176,14	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,64	3,78	24,55	146,78
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,73	0,67	11,82	60,95	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	53,00
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10	0,10	7,25	0,14	66,00	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	3,63	0,07	33,10
Второй завтрак:						Второй завтрак:					
БАНАН	90	0,99	0,27	18,18	80,10	БАНАН	90	0,99	0,27	18,18	80,10
Обед:						Обед:					
СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ, ПОРЦИОННО	30	0,20	0,03	1,09	4,50	СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ, ПОРЦИОННО	30	0,20	0,03	1,09	4,50
СУП КАРТОФ. С МАКАРОН. ИЗД.						СУП КАРТОФ. С МАКАРОН. ИЗД.					
НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,03	2,06	15,67	89,34	НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	160	1,81	1,83	13,93	79,42
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	210	35,20	42,88	38,83	706,82	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	170	30,15	36,74	33,27	605,59
КОМПЛОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,50		25,10	102,41	КОМПЛОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,42		20,92	85,34
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,30	0,55	20,50	100,00	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,22	8,20	40,00
Уплотненный полдник:						Уплотненный полдник:					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	90	6,55	10,60	55,20	342,30	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	5,09	8,25	42,94	266,24
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,75	5,42	7,97	99,72	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,19	4,79	7,03	87,98
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		65,32	81,01	255,74	2038,82	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		54,19	65,93	207,89	1663,78

СТОИМОСТЬ 150 РУБЛЕЙ

СТОИМОСТЬ 130 РУБЛЕЙ

ЗАВЕДУЮЩИЙ И.В.Обертос
МЕДСЕСТРА М.А.Чурбанова
КАЛЬКУЛЯТОР Ю.Ю.Семенова



ЗАВЕДУЮЩИЙ И.В.Обертос
МЕДСЕСТРА М.А.Чурбанова
КАЛЬКУЛЯТОР Ю.Ю.Семенова

